

選擇、使用及保養聽覺保護器

根據《工廠及工業經營（工作噪音）規例》，當僱員可能會暴露於初級措施聲級或以上或暴露於頂級措施聲級或以上的噪音中，東主須在切實可行範圍內盡量減低該僱員的噪音暴露量。但假如沒有其他更佳的可行措施，東主就須提供勞工處處長認可的聽覺保護器予員工佩戴作為最後的防護措施，並監督員工正確使用及保養。

選擇聽覺保護器

目前已獲認可的聽覺保護器超過 300 種，而在揀選聽覺保護器時，應注意以下事項：

- 1 選擇前，應先委任合資格人士進行噪音評估，以確定噪音水平及噪音的頻率特性
- 2 先了解該型號聽覺保護器的減音能力，例如：NRR（Noise Reduction Rating）就是常用的標示值去反映此產品的減音能力。假設某工作場所的噪音水平為 100dB，而某聽覺保護器具的 NRR 值為 20，則表示在正確佩戴該聽覺保護器具後，佩戴者的噪音暴露水平估計可降到 80dB(A)
- 3 不應盲目揀選減音能力最大的聽覺保護器，過大的減音能力可能會帶來負面的影響，例如會妨礙佩戴者收聽警告訊號或與其他人談話溝通
- 4 單憑 NRR 值未必能協助使用者選取到最合適的聽覺保護器。應同時考慮該聽覺保護器在不同聲頻的減音能力，確保適合你的需要
- 5 耳塞（ear plugs）一般由兩種物料製造，包括模壓塑料式（premolded ear plugs）及發泡棉式（formable/compressible ear plugs）。前者可直接插入外耳道內，所以有不同尺碼配合佩戴者的需要
- 6 如員工須經常在聽覺保護區出入，可選擇附有繩帶的耳塞，方便佩戴者戴上或除下
- 7 一般而言，耳罩（ear muffs）的減音能力較耳塞的減音能力強。不過，佩戴眼鏡可能會令某些耳罩不能緊貼而留有虛位，影響保護效果。此外，耳罩如果夾得太緊，會令佩戴者感覺不適而不願使用
- 8 佩戴耳罩可能會妨礙佩戴其他個人防護器具，例如：安全帽。在這種情況下，可選擇整合式的安全帽式耳罩
- 9 在多塵的工作環境中，應選擇即棄式的耳塞或可更換軟墊的耳罩

使用及保養聽覺保護器

1. 使用及保養耳罩

- 將耳罩調較至適當位置（剛好完全蓋上耳殼）
- 調較頭帶張力（如適用）至適當鬆緊度
- 定期或按需要清潔軟墊，保持衛生
- 某些型號耳罩的軟墊可作更換，可按情況作替換
- 用完後存放在乾爽位置

2. 使用及保養耳塞

- 由於人的外耳道（ear canals）是彎曲的，佩戴耳塞時，應用一隻手繞過頭後，將耳殼往後及往上拉（可將外耳道拉直），然後用另一手將耳塞推進去（如下圖示）：



- 發泡棉式的耳塞應先搓壓至細長條狀，慢慢塞入外耳道待它膨脹及將耳道封住
- 佩戴耳塞時，應先洗淨雙手，避免耳塞沾到污垢
- 耳塞分多次使用式及即棄式兩種，前者應定期或按需要清潔，保持衛生
- 多次壓縮的耳塞會逐漸硬化（失去彈性），而耳罩軟墊也會有老化的現象而影響耳罩之減音功效。因此，聽覺保護器應作定期檢查並按需要更換

總括而言，僱主揀選聽覺保護器時應先委任合資格人士作噪音評估以確定需要，並按噪音水平、噪音頻率、聽覺保護器的舒適程度、員工的接受程度、與其他個人防護器具的相容性等因素揀選合適聽覺保護器，提供使用及保養聽覺保護器的訓練予員工，並作出監督，確保措施有效。■